



IL NORODD SVØMMEGRUPPE



Årlig møte 05.03.2024

ÅRSBERETNING 2023



Sparebanken Møre





Årlig møte 05.03.2024

STYRET 2023

Leder: Ronny Myrset.

Nestleder: (vi har ikke hatt dette vervet.)

Sekretær: Linda Rokstad Knudsen.

Kasserer: Hele laget/gruppene bruker Tripletex

Styremedlem: Hilde Merete Haugen.

Styremedlem: Ann Jorunn Gimnæs Sagli.

1.Varamedlem: Foreldre-Kontakt: Snorre Røsæg.



Alle valg var enstemmige

IL Norodd bruker regnskapssystemet Tripletex gjennom regnskapsfører Meese A/S Linda R. Knudsen og Hilde M. G. Haugen hatt ansvaret for attestering i regnskapsprogram og bank, post og utsending av kontingent fra medlemslister for svømmegruppa. Ronny anskaffet bankkort på svømmegruppas konto-

VALGKOMITE FOR 2023

Styret oppnevnte ikke valgkomité, det gjøres av hovedlaget og det er egen valgkomiteen for hele laget

MØTER

Styret har avholdt 5 styremøter i svømmegruppa i perioden, samt noen samlinger digitalt.

I tillegg har styret deltatt på følgende møter:

- Deltakelse på 8 styremøter i IL Norodd hovedlag i perioden.
- Deltatt på ekstraordinært årsmøte i IL Norodd 25 september 2023.
- Ellers har det vært uoffisielle arbeidsmøter/dugnadsmøter, medlemsregistrering med overgang fra Min Idrett, til det nye systemet Hoopit og for å skrive årsberetning og klargjøring av denne til årlig møte. Det meste har foregått digitalt.

TRENERE 2023

Trener, vannaerobic torsdager i velværebassenget for voksne: Bodil Lie har hatt permisjon Anita Neerland er instruktør og Hilde Haugen går inn som vikar for Anita ved behov. De har fulgt opp treningene som instruktører godt.

Mandagstrening vanntilvenning bølgebasseng for barn: Ann Jorunn Sagli, Hilde Haugen og Monica Helen Haugen Reitan. Lone Albertsen (1. halvår), Hilde Mikalsen (1. Halvår), hjelpinstruktør Selma Røsæg kom inn før jul.





Årlig møte 05.03.2024

Mandag og onsdag rekrutt trening i idrettsbassenget (for barn): Ronny Myrset, Snorre Røsæg og Hilde Haugen.

Mandag har vi også egentrening for voksne i idrettsbasseng.

Onsdag, voksne, trenings samarbeid med Triatlon, og svømmegruppa kan svømme i idrettsbassenget sammen med triatlongruppas trening og de kan trene med svømmegruppa på mandager.

ANTALL MEDLEMMER

Medlemsoversikt:

	Sum	0 – 5 år	6 – 12 år	13 – 19 år	0 – 19 år	20 – 100 år
2023	504	12	75	39	106	398
2022	383	11	58	26	95	288
Friidrettsgruppa	146	0	33	15	48	94
Sykkelsgruppa	94	0	10	6	16	78
Svømmegruppa	77	12	27	2	41	35
Triatlon	10			1	1	9

STYRETS ARBEID I 2023

I årlig møteperioden har styret fortsatt måttet jobbet med svømmegruppa i IL Norodd

Alle gruppene i IL Norodd har bidratt økonomisk til nytt Klubbhus, også svømmegruppa.

Oppstart rekrutt idrettsbasseng etter sommerferien 21. aug. 2023, og siste dag før jul 20. desember. Oppstart etter nyttår var for rekrutter 3. januar

Oppstart vanntilvenning bølgebassenget etter sommerferien 28. aug 2022, og siste dag før jul 4. des. Oppstart etter nyttår 8. januar 2024.

- Sommer avslutning for barn ble holdt badeland etter trening 22. mai med pizza kos og drikke for barna, og bladkrans og kaffe for de voksne. Barna fikk utlevert diplom og medalje. Rekruttene trente tom 7 juni



Årlig møte 05.03.2024

- Juleavslutning for barn ble holdt badeland etter trening 4 desember med pizza kos og drikke for barna, og bladkrans og kaffe for de voksne. Barna fikk utlevert diplom og medalje. topp stemning.
- Dugnad i IL Norodd felles for alle grupper er salg av fiberkluter.
- Bølgebasseng har hatt jevnt med ca 14 barn +voksen person ved oppstart, og ca 14 barn + voksen til jul.
- Styret har jobbet mye med nettportalen Hoopit etter overgang fra Min Idrett i forhold til medlemsfakturerings, medlemshåndtering og klubbadministrasjon.

Internett og sosiale medier

Norodds hjemmeside er fullt ut operativ. Ronny Myrset har jobben fra svømmegruppa om å inn informasjon på siden.

Samarbeid med Atlanten Idrettspark

Samarbeidet med administrasjonen i Atlanterhavsbadet er for så vidt bra, det er ingen rapporteringer om at de er utilfreds med oss som leietaker.

Av øvrige saker nevnes:

- Generell videreutvikling av idrettslaget og svømmegruppa.
- Søknader om midler/støtte fra Kristiansund kommune og andre tilskuddsparter.
- Treningstider
- Vi har arbeidet videre med klubb utvikling og virksomhetsplan for svømmegruppa.
- Jobber med aktivitetshjul basert på Norges Svømmeforbund sin veileder. Her finnes søknadsdatoer og viktige påminnelser om hva og når styret må/bør ta tak i oppgaver.

Aktivitet

- Trener og lederkonferansen i Lillestrøm 25-27 august, Ronny, Hilde, og Monica deltok
- 18 juni deltok hele IL Norodd på felles stand i anledning frivillighetsdagen i ishallen Arena nordvest.
- Vi har deltatt/ reist på rekrutt stevner i Kristiansund 25.mars 2023, Molde 30, september 2023, Kristiansund 21/22.oktober 2023, Brattvåg 12 november 2023, Averøya 3 desember 2023 og Molde ¼ januar 2024
- Vannaerobic for voksne foregår på torsdager fra kl 20:30 t.o.m 21:30 med instruktør i velværebassenget.
- Egentrening i idrettsbassenget på mandager tirsdag og onsdag
- Ronny sitter i styret Møre og Romsdal svømmekrets
- Vi har avholdt 2 Tacokvelder for alle barna på trening samt foreldre 27.04.2023 og 01.11.2023
- Vi har også mulighet til å trene sammen med triatlongruppa på onsdager fra kl 20:00 tom 21:00.
- Vi hadde felles juleavslutning 4. desember for de yngste, Fluor svømmere og Delfin rekrutter med Pizza og drikke. Voksne/foresatte fikk kaffe og kringler.





Årlig møte 05.03.2024

- Sommer avslutning for barn ble holdt i badeland etter trening 22. mai med pizza-kos og drikke for barna, og bladkrans og kaffe for de voksne. Barna fikk utlevert diplom og medalje.
- Vannaerobic hadde juleavslutning med god mat i IL. Noroddlokalet 15. desember.
- De fleste trenere har gjennomført obligatorisk trenerattest, digitalt opplegg fra NIF
- Flere i styret har også deltatt på et informasjonskurs i HOOPIT, et medlems administrasjons program som IL Norodd har gått over til.
- Linda har sitt andre og siste år i valgkomiteen for IL Norodd
- Hilde sitter som ordinært medlem i Hovedlaget
- Ronny er medlem i Hovedlaget som leder for svømmegruppa.



Stevner / Dommere

Ingen egne stevner / Ingen egne dommere.

Vi har deltatt/ reist på følgende rekrutt stevner

- Kristiansund 25.mars 2023
- Molde 30.september, 2023. Rosesvøm
- Kristiansund 21-22.oktober 2023.
- Brattvåg 12 november 2023.
- Averøy 3 desember2023
- Molde 03-04 februar 2024. Rosesvøm

VANNAEROBIC/vanngymnastikk

Trim i vann passer absolutt alle, og er spesielt godt for personer med belastningsskader og bevegelsehemning. Det er trening hver torsdag fra kl. 20.30 – 21.30. (60 min.) Det arrangeres et vår- og et høstsemester og er et populært tilbud.



Årlig møte 05.03.2024

Representasjon

- Ronny Myrset, medlem i styret IL Norodd Hovedlag som leder for svømmegruppa.
- Ronny Myrset, medlem i styret i møre og romsdal svømmekrets.
- Hilde Merethe Gjøstøl Haugen, medlem i styret IL Norodd Hovedlag som styremedlem.
- Linda Rokstad Knudsen sitter i Valgkomiteen for IL Norodd.

KONTINGENT/TRENINGSavgIFTER OG EGENANDELER

Kontingent 2023

- ❖ Medlem kr 100,- pr år gjelder alle i IL NORODD unntatt æresmedlemmer.
- ❖ Trening kun mandager/onsdag (voksne) i idrettsbassenget, kr 500.- pr. semester.
- ❖ Vanntilvenning bølgebasseng, barn, kr 1500 pr semester (søskenmoderasjon gis)
- ❖ Rekrutt idrettsbasseng, barn, kr 1500 pr semester (søskenmoderasjon gis)
- ❖ Treningsavgift Vannaerobic 2023, Kr 1500,- pr. semester. Ink. trening mandag og onsdag Voksne, velværebassenget.

SPONSORER/PRISER/STØTTE

Vi har i 2023 fått følgende sponsing:

- Salgsvogna, Ronny Myrset har den på arbeidsområdet. Vogna var utleid i ca 3 mnd. i 2023
- Sparebanken Møre er IL Norodds generalsponsor.
- Neas, Varig og Intersport er sponsorer for hele IL Norodd
- Varig forsikring, søkte om midler med sykkel og friidrett, vi ble innvilget en felles sum på 25000 kr

Referat fra stevnene:

Kristiansund 25. mars 2023

8 av IL Norodd svømmegruppes rekrutter deltok på svømmestevnet Atlantic Race i Kristiansund lørdag 25 mars.

Flott innsats av alle rekruttene samt trenere og foreldre.

Mvh Ronny Myrset





Årlig møte 05.03.2024

Molde 30 september 2023.

Molde, Rosesvøm 30 september 2023

1 utøver i åpen klasse, samt 6 rekrutter deltok fra IL Norodd svømmegruppe.

- Åpen klasse: Selma S. Røsæg stilte i åpen klasse, hun svømte 50 m bryst og 50 m fri. Endelig, etter 6 år har vi en svømmer som stiller i et åpent stevne igjen.

Rekrutter:

- Mahan Muradi svømte 50 m fri, 50 m rygg og 50 m bryst
- Mehiar Muradi svømte 50 m fri, 50 m bryst og 50 m rygg
- Alisa Berget svømte 50 m fri og 50 m bryst
- Sofie Berget svømte 50 m fri og 50 m rygg
- Eline Lovise Reiten Sejnæs svømte 50 m fri og 50 m bryst
- Joakim Montano Tølche svømte 50 m fri og 50 m rygg

Svømmerne var veldig godt fornøyde. Etter stevnet dro de til restaurant Egon hvor de spiste og koste seg.

Mvh Hilde Haugen

Kristiansund Open 21-22.oktober 2023

Kristiansund, Kristiansund Open 21-22 oktober 2023

1 utøver i åpen klasse, samt 14 rekrutter deltok fra IL Norodd svømmegruppe.

- Åpen klasse: Selma S. Røsæg stilte i åpen klasse, hun svømte 50 m bryst, 100 m bryst, 50 m fri, 100m fri, 100 m medley og 50 m rygg. Hun svømte veldig bra og var også godt fornøyd selv. Hun fikk 1.plass på distansen 50 m rygg.

Rekrutter:

- Adelen Hafskjær svømte 25 m fri og 25m rygg
- Alisa Berge svømte 25 m fri, 50 m fri og 25 m bryst
- Sofie Berget svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m bryst og 25 m rygg
- Otilie Haugen Slatlem svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m bryst, 25 m rygg og 25 m butterfly
- Eline Lovise Reiten Sejnæs svømte 25 m fri, 50 m fri og 25 m bryst
- Joakim Montano Tølche svømte 25 m fri, 50 m fri og 25 m bryst
- Mahan Muradi svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m rygg, 25 m bryst og 25 m butterfly?
- Carolina Arrelano -Thuv svømte 25 m fri og 25 m rygg
- Nobel Oscar Muradi svømte 25 m fri
- Emil Harald Henriksen Monsø svømte 25 m fri
- Jack Oscar Neraas Monsø svømte 25 m fri
- Ronja Krisztina Palmer Bartus svømte 25 m fri
- Michelle Weiseth Wollan svømte 25 m fri
- Lilli Marie Melland svømte 25 m fri

Vi hadde også 4 x 25 m mix lag, alle syntes det var moro å være med. Etter stevnet spiste vi ute på Plan A, og alle syntes det var kjekt å spise og drikke etter stevnet

Mvh Snorre og Hilde





Årlig møte 05.03.2024

Brattvåg Taremare svøm 12.november 2023

Brattvåg, Ålesund svømme og livredningsklubb arrangerte Taremaresvøm 12. november 2023.

1 utøver i åpen klasse deltok fra IL Norodd svømmegruppe.

- Åpen klasse: Selma S. Røsæg stilte i åpen klasse, hun deltok i 100 m fri, 100 m rygg og 200 m bryst

Selma ble disket på distansen 200 m bryst, men var kjempefornøyd med stevnet generelt.

Mvh Snorre.

Averøy 03 desember 2023.

Averøy, 03 desember 2023.

Rekruttstevne på Averøya, IL Norodd svømmegruppe stilte med 13 rekrutter.

- Lilli Marie Melland svømte 25 m fri
- Adelen Hafskjær svømte 25 m fri og 25 m rygg
- Lawand Ali svømte 25 m fri og 25 m rygg.
- Eline Lovise Reiten Sejnæs svømte 25 m fri, 25 m bryst, 50 m bryst, 50 m fri og 100 m fri.
- Otilie Haugen Slatlem svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m bryst, 50 m bryst, 25 m rygg og 100 m fri.
- Mahan Muradi svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m rygg og 100 m fri
- Mehjar Muradi svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m rygg og 100 m fri
- Nobel Oscar Muradi svømte 25 m fri og 25 m rygg
- Michelle Weiseth Wollan svømte 25 m fri
- Joakim Montano Tølche svømte 25 m fri, 25 m rygg og 25 m bryst
- Sofie Berget svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m rygg, 25 m bryst og 50 m bryst
- Alisa Berget svømte 25 m fri, 50 m fri, 25 m bryst og 50 m bryst

Før stevnet begynte hadde alle rekruttene på seg nisselue og de gikk rundt bassenget til julemusikk, det var et fint og koselig stevne.

Etterpå spiste vi på Best Averøy, høydepunktet var da alle rekruttene fikk is etter maten, her var det god service så alle rekrutter og foreldre var heldig godt fornøyd med dagen.

Mvh Hilde Haugen





Årlig møte 05.03.2024

Molde Rosesvøm 3-4 februar 2024.

Molde, Rosesvøm 3-4 februar 2024, Molde svømme og livredningsklubb

1 utøver i åpen klasse deltok fra IL Norodd svømmegruppe lørdag 3 februar.

- Åpen klasse: Selma S. Røsæg stilte i åpen klasse, hun deltok i 50 m rygg og 100 m fri.

Selma fikk ny pers på distansen 100 m fri, pga av forkjølelse som hang i holdt det med to heat. Det var mange klubber som stilte og et bra stevne, vi var der bare første økt på lørdag.

Mvh Snorre.

Sunddal 17-20 februar 2024.

Helga 17-20 februar 2024, har Eline og Selma vært på treningsstevne i Sunddalen sammen med 50 andre barn fra Molde, Kristiansund, Sunddal og Sunnmøre.

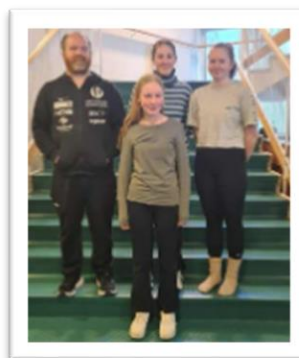
Jeg mamma til Eline og Snorre, pappaen til Selma ble med som voksne.

Kjekk og veldig lærerikt treningsstevne.

Legger ved noen bilder over.

Mvh

Marie Lovise Reiten



Styret takker for et godt gjennomført 2023

